

JADŁOSPIS

04 – 08 GRUDNIA

PONIEDZIAŁEK

Krupnik z jarzynkami (250 ml)
Potrawka z kurczaka z groszkiem (100g),
kasza bulgur (120g), surówka porowa (80g)
Kompot z owocami

WTOREK

Zupa brokułowa z zacierką (250 ml)
Kotlet schabowy (100g), ziemniaki (120g),
kapusta zasmażana (80g)
Kompot z owocami

SRODA

Barszcz czerwony z jajkiem i ziemniakami (250 ml)
Spaghetti po bolońsku (280g)
Kompot z owocami

CZWARTEK

Rosół z makaronem (250ml)
Pieczone podudzia z kurczaka (100g),
ziemniaki (120g), kukurydza z masłem (80g)
Kompot z owocami

PIATEK

Zupa pomidorowa z ryżem (250ml)
Pierogi ruskie z omastą (250g)
Kompot z owocami

ŻYCZYMY SMACZNEGO !!!

Średnia kaloryczność posiłków: ok 850-900 kalorii

SKŁAD SUROWCÓW I WYKAZ ALERGENÓW DAŃ OBIADOWYCH

PONIEDZIAŁEK

1. Krupnik z jarzynkami

(wywar z kurczaka, marchewka, pietruszka, cebula, por, seler, kapusta włoska, kasza jęczmienna, sól, pieprz, warzywa suszone, natka pietruszki ,)

2. Potrawka z kurczaka z groszkiem , kaszka bulgur, surówka porowa

(filet z kurczaka , cebula, mąka pszenna, śmietana 30%, groszek zielony , olej rzepakowy, czosnek, pieprz, sól, liść laurowy, ziele angielskie, papryka mielona, kaszka bulgur, kapusta pekińska, pory, jogurt naturalny)

WTOREK

1. Zupa brokułowa z zacierką

, (wywar z kurczaka, brokuły, cebula, masło 82%, marchewka, cebula, pietruszka, seler, por, pieprz, sól, mąka pszenna, śmietana 30%, natka)

1. Kotlet schabowy, ziemniaki, kapusta zasmażana

(schab wieprzowy, mąka pszenna, jaja, bułka tarta pszenna, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziemniaki , kapusta kiszona, liść laurowy, cebula, ziele angielskie)

ŚRODA

1. Barszcz czerwony z jajkiem i ziemniakami

(buraki, ocet winny, czosnek, marchewka, pietruszka, seler, cebula, ziemniaki, liść laurowy, liść laurowy, ziele angielskie, , pieprz ziołowy ,sól , jaja, śmietana 30% mąka pszenna)

2. Spaghetti po bolońsku

(mięso wołowo – wieprzowe, mąka pszenna, mleko 2,5%, przecier pomidorowy, cebula, czosnek, parmesan, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz, bazyliia, oregano)

CZWARTEK

1. Rosół z makaronem

(wywar z kurczaka i mięsa wołowego, , marchewka, cebula, pietruszka, seler, por , pieprz, sól, mąka pszenna , natka)

2. Pieczone podudzia z kurczaka , ziemniaki, kukurydza z masłem

(udka z kurczaka, papryka mielona, warzywa suszone, czosnek granulowany, olej rzepakowy, ziemniaki, kukurydza ,masło 82%,)

PIĄTEK

1. Zupa pomidorowa z ryżem

, (wywar z kurczaka, marchewka, cebula, pietruszka, seler, pomidory pellati, koncentrat pomidorowy ,ryż, masło 82%, , por, pieprz, sól, ryż, śmietana 30%, natka)

2. Pierogi ruskie z masłem

(mąka pszenna, jaja, masło 82%, twaróg półtłusty, , olej rzepakowy, ziemniaki, sól, pieprz, cebula)